EINES PER A L'ANÀLISI DE L'EMOCIONALITAT 2

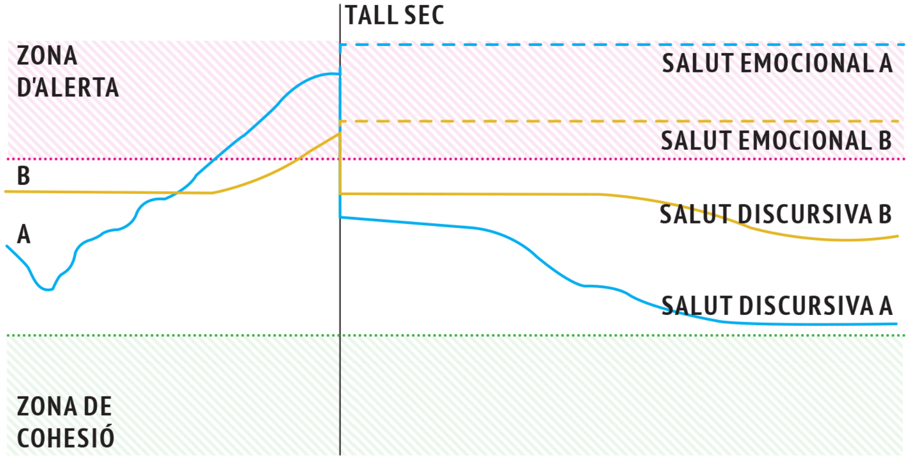
Un dels moments més crítics en qualsevol sessió és el moment de dinamitzar postures comunicatives i intervencions. Tot i que intentem fer-ho amb cura és habitual que el tall de la intervenció sigui abrupte i sec, aconseguint, a fets pràctics, reconduir el discurs però generant molt malestar emocional tant a les persones intervingudes com al grup en general. És per això que ens caldrà diferenciar bé:

LA SALUT DISCURSIVA DE LA SALUT EMOCIONAL

La primera se centra en el fet que el contingut i les maneres de comunicar-se siguin còmodes i agradables per a totes les participants, mentre que la segona se centra en el benestar del grup en general i de cada persona en particular. Aquesta diferència és important, perquè hi ha molts cops que el discurs i la sessió avancen de manera eficient, però la sensació emocional del grup pot ser desagradables o incòmode. Treballar això també és funció de la Llebre, la Girafa i les Àguiles. Coordina't amb aquests rols per aconseguir major profunditat.

El problema d'aquesta diferència és que hi ha situacions en què tallem en sec certes intervencions pensant en el benestar discursiu però ens oblidem de la salut emocional tant de les persones que tallem com del grup en general. D'aquesta manera potser aconseguim reconduir la salut discursiva cap a zones creatives, però la salut emocional segurament es mantindrà en alerta i en zones crítiques.

Ho podem veure en la següent gràfica, el tall sec redistribueix les saluts, però no les cuida:



EINES PER A L'ANÀLISI DE L'EMOCIONALITAT 3

TAULES RESUM DE CONSULTA RÀPIDA (POSTURA EMOCIONAL):

INDIFERÈNCIA - MOTIVACIÓ

CARÀCTER EMOCIONAL	Interpel·lar al caràcter emocional de la indiferència i entendre que cal abordar-la des de la motivació i parlar des de l'empatia.
POSTURA ESTRUCTURAL	Molts cops la indiferència no serà cap a res particular o concret, sinó conseqüència d'un ecosistema vital molt dens o desmotivat.
INDIFERÈNCIA PROFÈTICA	Identifica on apunta la indiferència i aprofita per fer-ne una lectura estructural, així podrem treballar preventivament.
ESPAIS D'EXPRESSIÓ	Caldrà encaixar el desinterès en estructures de missió, visió i projecte. Donar espais per a treballar la desmotivació serà clau.
REVISAR L'APRENENATGE	Atendre altres canals d'aprenentatge com el corporal, l'experiencial o el creatiu pot significar resoldre la indiferència i motivar de cop.

BLOQUEIG - CONSTRUCCIÓ

CARÀCTER EMOCIONAL	Necessita cures i acompanyament emocional, no reflexions i argumentacions racionals.
POSTURA CONCRETA	S'encarnarà, en molts casos, en conflictes concrets i de detall,. Saber donar espai, temps i reconeixement serà clau.
CONFRONTACIÓ CONSTRUCTIVA	Cal utilitzar els esclats confrontatius per a identificar quins rols representen i com encaixen dins la dinàmica de grup general.
EXPRESSAR EL MALESTAR	Crear mitjans per a expressar malestars és important per a mitigar els esclats de confrontació i, si es donen, saber-los localitzar i actuar.
TREBALLAR L'EGO	Tenir un projecte intern de treball de l'ego i l'escolta activa és clau per a apuntar a l'arrel de la confrontació.

EINES PER A L'ANÀLISI DE L'EMOCIONALITAT 3

TAULES RESUM DE CONSULTA RÀPIDA (POSTURA REFLEXIVA):

DESTRUCCIÓ - COMPRENSIÓ

CARÀCTER REFLEXIU	Interpel·lar al caràcter reflexiu de la destrucció i buscar entendre el nucli del conflicte més enllà de les formes.
POSTURA ESTRUCTURAL	Identificar el marc ideològic on s'inscriu la destrucció serà clau per a comprendre i abraçar-la.
DESTRUCCIÓ CREATIVA	Reconèixer el paper constructiu de la destrucció serà essencial per reconduir-la cap a zones creatives i de cohesió.
MODEL D'EXPRESSIÓ	Podem canviar el mètode d'expressió cap a formes més visuals com el mapa, l'esquema o el dibuix. Facilitarem molt l'entesa.
TEMPS DE QUALITAT	En comptes de tallar la discussió podem aplaçar-ne el nucli per a altres moments i espais on poder dedicar-hi el temps que mereix.

BLOQUEIG - CONSTRUCCIÓ

CARÀCTER REFLEXIU	Interpel·lar al caràcter reflexiu de bloqueig i que es vincula amb una ideologia que s'encarna en certes decisions i postures.
POSTURA CONCRETA	Identificar el cas concret que ha fet saltar el bloqueig i proposar una escolta activa cap a la proposta i els dubtes que sorgeixen.
BLOQUEIG COM A SÍMPTOMA	El bloqueig, en molts casos, apunta a malestars estructurals, és, doncs, un símptoma que podem utilitzar per treballar el grup.
MODEL D'EXPRESSIÓ	Mètodes d'expressió més corporals com el teatre o el dibuix de gran format ens connectaran allò concret amb allò estructural.
TEMPS DE QUALITAT	En comptes de tallar la discussió podem fer una pausa per a visibilitzar els malestars i dubtes que estiguin apareixent.

EINES PER A L'ANÀLISI DE L'EMOCIONALITAT 2

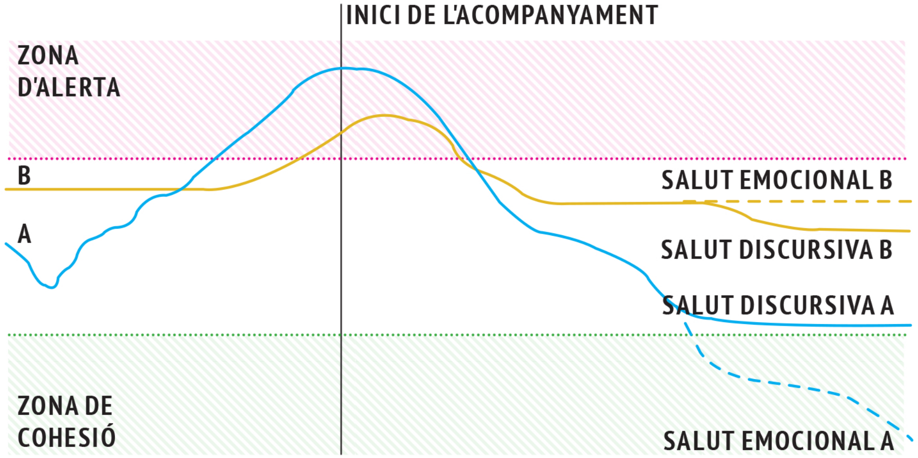
El que us proposem és que identifiqueu les postures i canals comunicatius que estiguin en joc i intenteu acompanyar la salut discursiva alhora que la salut emocional. D'aquesta manera podrem reconduir la sessió de manera efectiva (discurs) i afectiva (emoció).

L'acompanyament no redistribueix les saluts, sinó que les condueix cap a estrats més propositius i que faciliten la cohesió del grup. Cuida la salut discursiva alhora que té en compte la salut emocional.

En aquests casos és recomanable tenir la Llebre activada, ja que ella s'encarregarà de cuidar el discurs; i l'Ovella es podrà centrar a cuidar l'emocionalitat, identificant les postures i els canals i responent en conseqüència.

Amb l'acompanyament veiem que la distància entre salut discursiva i emocional és molt menor, que es troben totes les línies per sota de la zona d'alerta i que hi ha potencial per a conduir-les fins a zones de cohesió. No és per res un mètode màgic, només volem fer èmfasi en el fet que el tall sec (com a pràctica habitual de molts grups i col·lectius) no cuida l'emocionalitat tot i la seva aparent eficàcia.

Podeu fer servir els recursos i "tips" que desenvolupem en l'eina de treball 3, on aprofundim una mica més en les estratègies d'acompanyament.



EINES PER A L'ANÀLISI DE L'EMOCIONALITAT 3

COM FACILITEM LA TRANSICIÓ?

De la INDIFERÈNCIA cap a la MOTIVACIÓ (debat emocional i estructural)

Caldrà atendre el caràcter emocional de la indiferència, el seu par seria la motivació, que és cap on volem anar. En provenir, normalment, d'una desmotivació pel projecte general serà molt important trobar maneres de reprendre la confiança i les ganes tant particulars com col·lectives. És evident que també pot ser que la indiferència sigui concreta, per un tema en particular, en aquests casos, al ser puntual, no la treballarem com a postura pròpia.

Sol ser exterior al grup, és a dir, que té l'origen o bé en una pèrdua de fe en el projecte, la seva missió i visió, o bé que tenim l'emocionalitat localitzada en altres espais i això impedeix concentrar-nos en el present.

La indiferència és de les problemàtiques més complexes de gestionar si ha arrelat profundament. Caldria un treball intensiu de revisió i relocalització del grup i el projecte. Això, d'altra banda, també pot ser positiu, ja que la desmotivació i la indiferència poden apuntar, gairebé com profecies, futurs on aquesta pèrdua de fe s'estengui. Aprofitar la identificació de la indiferència, analitzar d'on sorgeix i poder-ho aprofitar per a treballar l'estructura del grup pot ser clau per al futur.

Si la indiferència apareix en espais voluntaris (com espais militants) serà més simptomàtica i interessant per al treball intern. Si apareix, en canvi, en espais imposats (com centres escolars) pot tenir més a veure amb un desinterès més comú i que apunta a models docents, mètodes d'aprenentatge i canals d'expressió.

CARÀCTER EMOCIONAL	Interpel·lar al caràcter emocional de la indiferència i entendre que cal abordar-la des de la motivació i parlar des de l'empatia.
POSTURA ESTRUCTURAL	Molts cops la indiferència no serà cap a res particular o concret, sinó conseqüència d'un ecosistema vital molt dens o desmotivat.
INDIFERÈNCIA PROFÈTICA	Identifica on apunta la indiferència i aprofita per fer-ne una lectura estructural, així podrem treballar preventivament.
ESPAIS D'EXPRESSIÓ	Caldrà encaixar el desinterès en estructures de missió, visió i projecte. Donar espais per a treballar la desmotivació serà clau.
REVISAR L'APRENENATGE	Atendre altres canals d'aprenentatge com el corporal, l'experiencial o el creatiu pot significar resoldre la indiferència i motivar de cop.

EINES PER A L'ANÀLISI DE L'EMOCIONALITAT 3

COM FACILITEM LA TRANSICIÓ?

De la CONFRONTACIÓ cap a l'EMPATIA (debat emocional i concret)

Caldrà atendre el caràcter emocional de la confrontació, el seu par seria l'empatia, que és cap on volem anar. Al provenir, normalment, d'un conflicte localitzat, personal o concret caldrà identificar-ne l'origen i si té a veure o no amb la sessió en si. Tot i que la resposta no tingui a veure, és evident que afecta la dinàmica i cal cuidar la situació. D'aquesta manera caldrà encarar-ho des de la comprensió i l'empatia, donant espai de qualitat al conflicte encara que sigui en un altre moment.

Al ser concreta i emocional pot apuntar a una necessitat de valoració i de reforç de l'autoestima i la confiança, que s'encarna en intents de demostració de valor i utilitat que, en molts casos d'homes cis, pren forma de confrontació violenta.

Sol ser interior al grup, és a dir, que té l'origen en dinàmiques pròpies del grup, en situacions passades de malestar que perduren. Trobar mecanismes i canals per a poder treballar aquesta emocionalitat latent serà clau.

La confrontació és de les problemàtiques més habituals en espais militants, on la càrrega emocional és enorme. Oferir espais de treball emocional, confiança entre les membres del grup, mística i valoració positiva serà importantíssim per a mitigar aquestes confrontacions. La confrontació té, també, un caràcter constructiu. Tot i que surti des del conflicte concret podem aprofitar-ho per a identificar, analitzar i, posteriorment, treballar certs rols de poder estructurals i desajustos emocionals del grup general.

CARÀCTER EMOCIONAL	Necessita cures i acompanyament emocional, no reflexions i argumentacions racionals.
POSTURA CONCRETA	S'encarnarà, en molts casos, en conflictes concrets i de detall. Saber donar espai, temps i reconeixement serà clau.
CONFRONTACIÓ CONSTRUCTIVA	Cal utilitzar els esclats confrontatius per a identificar quins rols representen i com encaixen en la dinàmica de grup general.
EXPRESSAR EL MALESTAR	Crear mitjans per a expressar malestars és important per a mitigar els esclats de confrontació i, si es donen, saber-los localitzar i actuar.
TREBALLAR L'EGO	Tenir un projecte intern de treball de l'ego i l'escolta activa és clau per a apuntar a l'arrel de la confrontació.

EINES PER A L'ANÀLISI DE L'EMOCIONALITAT 3

COM FACILITEM LA TRANSICIÓ?

De la DESTRUCCIÓ cap a la COMPRENSIÓ (debat reflexiu i estructural)

Caldrà interpel·lar al caràcter reflexiu de la destrucció. El seu par seria la comprensió. En provenir, normalment, d'una postura ideològica profunda i que té la mirada en allò estructural serà molt important mostrar voluntat d'entesa cap aquesta ideologia per encaixar-la tant en el context de la destrucció com en el desajust al que apunta del grup en general.

Sol ser exterior al grup, és a dir, que té a veure amb idees i postures no concretes amb el col·lectiu, si no amb maneres de veure el món. D'aquesta manera si hi proposem una comprensió ideològica és probable que rebaixem la tensió.

Ens caldrà entendre el fons ideològic que provoca la destrucció, quines línies vermelles es poden haver creuat o bé quin malentès s'està donant a causa de la postura comunicativa que pren el subjecte.

Entendrem que si ens trobem en un grup voluntari (com un de militant, espai habitual d'aquestes postures destructives) és perquè creiem en el projecte i volem el millor per aquest. D'aquesta manera podrem visibilitzar que la seva destrucció és, des del seu punt de vista, constructiva, ja que busca millorar aspectes que troba erronis. Valorar aquesta voluntat de millora, demanar que s'expliqui de manera diferent i recórrer a mètodes de visualització de les idees més gràfiques ens ajudarà molt a entendre'ns millor i a rebaixar la tensió comunicativa.

CARÀCTER REFLEXIU — Interpel·lar al caràcter reflexiu de la destrucció i buscar entendre el nucli del conflicte més enllà de les formes.

POSTURA ESTRUCTURAL — Identificar el marc ideològic on s'inscriu la destrucció serà clau per a comprendre i abraçar-la.

DESTRUCCIÓ CREATIVA — Reconèixer el paper constructiu de la destrucció serà essencial per reconduir-la cap a zones creatives i de cohesió.

MODEL D'EXPRESSIÓ — Podem canviar el mètode d'expressió cap a formes més visuals com el mapa, l'esquema o el dibuix. Facilitarem molt l'entesa.

TEMPS DE QUALITAT — En comptes de tallar la discussió podem aplaçar-ne el nucli per a altres moments i espais on poder dedicar-hi el temps que mereix.

EINES PER A L'ANÀLISI DE L'EMOCIONALITAT 3

COM FACILITEM LA TRANSICIÓ?

Del BLOQUEIG cap a la CONSTRUCCIÓ (debat reflexiu i concret)

Caldrà atendre el caràcter reflexiu del bloqueig. El seu par seria la construcció, que és cap on volem anar. Al provenir, normalment, d'una incomprensió concreta o d'un debat particular serà molt important mostrar voluntat d'incloure aquesta postura per encaixar-la tant en el debat com en el benestar del grup.

Sol ser interior al grup, és a dir, que té a veure amb idees i postures concretes amb el col·lectiu, amb detalls que no quadren. D'aquesta manera si hi proposem una comprensió ideològica és probable que rebaixem la tensió.

Ens caldrà entendre el punt de desajust que provoca el bloqueig i el vincle que s'estableix amb l'argumentari i el debat, que sol ser personal.

Entendrem que si ens trobem en un grup imposat (com un d'escolar, espai habitual d'aquestes postures de bloqueig) és fàcil que trobem desajustos concrets que ens perturben i ens generen malestars. Bloquejar la dinàmica és una sortida lògica per a escenaris no agradables o incòmodes ideològicament que ens són difícils de canviar. Des d'aquest punt de vista el bloqueig, més enllà del seu caràcter particular, apunta a malestars, gairebé sempre, estructurals (falta d'escolta activa, falta de reconeixement, sensació d'imcomprensió, etc.). Les dinàmiques corporals que ens treguin de la seqüencialitat i el sobrepensar per apropar-nos a la sensorialitat i la corporalitat seran clau per a superar el bloqueig.

CARÀCTER REFLEXIU — Interpel·lar al caràcter reflexiu de bloqueig i que es vincula amb una ideologia que s'encarna en certes decisions i postures.

POSTURA CONCRETA — Identificar el cas concret que ha fet saltar el bloqueig i proposar una escolta activa cap a la proposta i els dubtes que sorgeixen.

BLOQUEIG COM A SÍMPTOMA — El bloqueig, en molts casos, apunta a malestars estructurals, és, doncs, un símptoma que podem utilitzar per treballar el grup.

MODEL D'EXPRESSIÓ — Mètodes d'expressió més corporals com el teatre o el dibuix de gran format ens connectaran allò concret amb allò estructural.

TEMPS DE QUALITAT — En comptes de tallar la discussió podem fer una pausa per a visibilitzar els malestars i dubtes que estiguin apareixent.